▲敬告投稿者

□歡迎加入

本報由全體同人常期撰述，固已無需外界投稿，但愛讀諸君如有自己之經驗心得，足增他人常識者，或足以勸導指迷與改良生活，亦當擇尤發表，惟必須遵照下列條件（一）猥褻之稿件，絕對拒絕，（二）滿一千字以上之稿件不收（三）不切實用之稿件不收，未完之稿件不收（四）來稿宜介紹實用智識與經驗，勸導指迷與改良生活，違此不收（五）攻擊他人之稿件，絕對拒絕（六）稿願得「現金」者請先聲明，否則贈本報若干期為酬，（七）稿上未蓋章者作卻酬論，取酬須憑本館所發之「領酬券」。

□投稿比賽□現金為獎□每期發表

本報為鼓勵讀者興趣起見。特舉行『投稿比賽』。以答愛護本報諸君。優勝稿件概於稿末註明『某等獎』。按期發表。

□獎金計分甲等三元。乙等二元。丙等一元。丁等五角。戊等二角。[illegible]即可憑券領取現金。以二月為期。過限作為卻酬論。領獎應預先來函聲明。當將『領酬券』寄奉。

□加入比賽者須於稿末開明詳細姓名住址并蓋印章。否則作卻獎論。

常識

胡適題

第二四六期

（民國十九年三月十九日）

■每份售洋二分■

（館址）上海南京路五十六號

■定報價目

每三日出一張半本
埠六個月一元在全
年二元半寄費加外
國外定報照價一內
元郵票代現九五計值

■廣告價目

每期每格（共計五方寸）五元均排於新聞之旁如欲入新聞中及長期面議

□孕婦之衛生常識□
□孕婦與飲食□
□孕婦與衣服□
□孕婦與睡眠□
□孕婦與運動□

妊娠洗浴的受益

妊娠意氣的利害

康健為人人所必須。但求康健首重衛生。但孕婦的衛生。更較常人宜特別注意。因為在妊娠的時間。她的形體精神都起了一種

本期要目

（一）孕婦之衛生常識
（二）閨雜瑣談
（三）定閱小報常識
（四）提賊常識
（五）自願失身的悔恨

本報是社會之導師　青年之良友

變化。若使稍疏忽了一些。往往容易疾病發生。所以不可不注意衛生。況且有了妊娠。她的一切舉動。一切飲食。和腹中的胎兒有密切之關係。所以有孕的婦女。注意衛生。那身體就康健。氣血就充足。胎兒就可很安全。否則。非但孕要受恙。就是那胎兒亦很危險。所以孕婦之衛生。尤宜特別注意。現在不佞把孕婦衛生。

□飲食　孕婦第一應該注意飲食。諺云。禍從口出。病從口入。所以生什麼病大半是由飲食不當心的緣故。孕婦的飲食。尤宜特別注意。孕婦吃的東西。比較平人難消化。難消化就容易生病。所以在這妊娠時間的飲食品。應當選擇容易消化。且要富有滋養料。一切有刺激性的食如。酒。醋。辣椒。胡椒・生姜。大蒜。葱韮茄子。濃茶。咖啡。等類。及生冷瓜果堅硬難以消化的東西。如糯米粉一類。雖平時所嗜者。亦都應該一例禁絕。

□衣服　孕婦的衣服應當要清潔。寬舒。柔軟為合格。並要使全身都要溫暖。襯衫尤宜要注意。宜常常替換。務使清潔。衣服不宜束縛過于太緊。若過于束縛太緊有妨害呼吸及血脈之流通。且有礙胎兒之發育。腹部及乳部。更加應當特別寬舒。衣服之材料。以呢絨輕暖為最相宜。

□睡眠　若要恢復身心之疲勞。而養其元氣。莫如睡眠。而孕婦的睡眠時間。不宜過多又不宜過少。最合宜大概在八小時左右。臥室宜高爽。光線要充足。窗戶應當常常開着。空氣可流通。使得精神的愉快。

□運動　有妊娠的婦女。應該有適度的運動。但是有一種人說。她既然是孕婦。可以不必去做什麼事情。祇要吃飽飯・休息休息就是了。咦！那裏知道錯之又錯了。要曉得。孕婦若使安逸過了度。氣血就要容易停滯。並且妊娠時間吃的東西。本來是已經很不容易消化。若再不稍加運動。消化豈不是難上加難嗎。所以應常稍略運動。使得其氣血流通。吃的東西亦容易消化。並且亦不致有難產的危險。不信試觀貧苦勞動人之生產。多是很爽快。人反觀富貴之生產。比較起來總是

□接自願失身的悔恨□

如意郎的。你現在的對方。是一個「年紀已將近四十」「有妻室」的人。拿親生兒女給人做「小星」。這除了貧困家庭。環境所迫外。普通人家的父母。十九不願罷。所以你的父母。決不因你的說過要好他。你現覺悟不願。而定須嫁他。所以就是現在你願嫁他我想你的父母因此配耦勢所不允罷！這難關打破。你便可自新。留意偵察。細心物色。世界上之眞情的男子。編者敢相信。女士遭了一番的挫折。必定多了一重經驗。再不致蹈現在的覆轍了。（編者）

預防腦膜炎

宜用　避疫藥香水

際此腦膜炎流行。最易傳染時疫。故不可不先事預防。「避疫藥香水」專殺疫菌。用法極簡。洒少許於手帕中。隨時用之。可免傳染。甚為便利。藥中和法國三花牌Houbigant香水精。芬芳異常。故每晨用之。可代香水。或洒之被褥中。每瓶特價五角。可供三十次之用。

林孚公司醫藥部總經理　上海南京路五十六號

□北四川路上海大戲院隔壁三和分公司　先施永安新新及三和總公司均有代售

□注意「粉紅紙籤字」瓶貼。價五角者

□學界體育界注意
□定製各隊運動衫

春光明眉。運動及時。學校開課各隊成立。又以全國運動會。與遠東運動會開幕在即。需用運動衫及背心極多。富民針織廠特委本公司。總經理并專理各學校各團體定製各色各種運動衫。自定顏色加印名字。均可辦到。為國內唯一定。製標圖。

三和公司獨家經理　上海南京路五十六號

最新發明

◉法國遺精藥　◉參和中國祕方

法國淫風極盛。青年犯『遺精』『滑精』幾有百之九五。近有法醫學博十新發明一種遺精藥。極爲靈效。惟爲迎合華人體氣。由八卦藥製社參和數十年經驗之祕方以適配華人之體質。專治『夢遺』與『滑精』。不特清火立止遺精。且兼能培本固體可根本復元・現歸上海南京路五十四號林孚建業公司總經理。每瓶五角。可作七服。代價實極廉。較之他藥三四服而售一二元者。實足多也。

新到外國電影明星照片

外國電影。有久長之歷史。成績頗佳。而男女電影明星之表現。尤有令人欽佩而崇拜者。如麗琳甘熙受女界之顛倒。滬上專售外國電影明星照片者。僅有南京路五十六號華商三和公司一家及北四川路上海大戲院隔壁第二門市部。多由外洋直接運售。計有五百種。銷售至今已六七年。且為獨家經理。其五寸大之照片并非印刷每張一角。每打一元清晰異常。中國明星照片。特價七折。以示提倡。倘有外國十寸原底照片每張一元。聞該公司為便利購者起見。擬請各商店批售。利息極為優厚云

華商三和公司獨家經理

人人家庭必備要書

常識大全

第一集

是處世有益的指南針　是費盡金錢的經驗

常識報自第一期至第六十期之報。早經售罄無存。讀者多以刊印單行本爲請。本館計劃之後。特將六十期之報。一一分門別類。編訂成書。內容異常豐富。將許外祕訣。靈方盡情宜佈。多爲日常必需之學識。又爲勸導指迷與改良生活。實爲人人必讀之良書。讀者用時。即一小段。已足越過本書代價。現已出版。該書厚約一寸許用洋裝訂成。封面印有金字。故攤帶便利。定價一元五角

□特價一元。外埠函購另加寄價一角二分

□內容有□

□手淫與遺精
□印刷之內行訣門
□登廣告手續
□吃的經驗
□上海生活指南
□賭錢必贏法
□吃大菜門檻
□焰火配置法
□梅毒自療法
□醫汗雀斑法
□投考指南
□翻戲的黑幕

不克備載

□通信社之內幕
□小報界之內幕
□上法庭之規則
□經商發達之術
□青紅幫之內幕
□交朋友之常識
□包探會之內幕
□上海旅館之派別
□弄堂黑幕
□投稿必取法
□致富捷徑
□求婚常識

特價一元

閹雞瑣談

□浙省一帶。居民喜豢養家禽。而尤以畜雞爲最夥。二三月間。爲雞雛孵化時期。鄉人肩挑喚賣。居民咸樂購之。雛雞孵化後約五六旬。重可半斤許。雌雄已辨。是爲閹割最適當時期。此項閹割法。大都施用於雄性。法：收雄雞而縛其雙足。使之側臥。而以雞之右腰向上。反張其右翅。即就其腰次。拔去毛少許。取長柄小刃。剖開腰部。三四分。以長約六七寸而具有彈力之小竹爿二。銜接作弧形。可活動伸縮。兩端各緊如鈎形之銅片一使鈎住創口兩面。然後將竹爿左右引伸。則嵌竹片漸漸撐開創口。以洞見腸腑爲適可。再用細長之竹鈎上繫線。以右手執鈎左手引線。徐徐探入創口。鈎覓取其勢。爲時四五分即得。勢凡二大如黍荳。施術畢。仍以毛封閉創口。凡十餘日。平復如常。凡經閹割之雞。俗稱閹雞。因其生殖機能已失。故頭部之冠。雖至長成。仍平抑如雌雞。不復如雄者之偉大也。性亦由桀驁。而轉馴服。不復能操其固有之勇悍矣。閹雞之益有二。一。因其生殖機能斲傷。故終日除覓食外。無其他之嗜慾。飽食優游。態度安閒。及其長成也。體重輒逾於雄雞。肉又豐飫肥嫩。不若雄雞之瘠瘦乾澀。二。其處於異性間也。不若雄雞之嚙嚙喋喋。時奔逐其異性。而異性亦不致受過分之踩躪而虧耗其營養。減少其產卵力。以故浙省居民及牧畜家。咸樂用此法然他處仍鮮見也。（應志棟）

戊等獎

定閱小報 常識

上海的小報。多似雨後春筍。但往往出版到沒有幾期。便宜告停版了。像這種現象很多。對於定戶的定款。是決不退還的。因此上當的朋友。亦是很多很多。現在不佞有一小門檻。寫給本報讀者。但在未定之前須注意下面幾點：（一）這張報。是否是已出版至幾十期以上。（二）報館同編輯處的地址。是否可靠。（三）這報館的法律顧問律師是誰。（四）出版信用。有否切實保證。對於上面四條。先打聽明白過後。然後方可直接向報館定報。倘然定版後。若不退還餘定報費。那末就可同這報館的法律顧問律師交涉。或者可以達到退還餘定報費的目的。本報出版已經有三年。

警告零購

二期所用之橘黃色彩紙。係本報直接向瑞典定購者。爲他報所不敢用。因每令須十二元（較昂三倍）。直接定戶可以常川接到此稱優等紙張。零售處則時有「時無」。所以稀以維持血本也。定閱從速。

□捉賊常識

（一）我們若已發覺有賊偷東西。必然要趕上去。往往一開門就拚衝出去追他。但殊覺這是很危險的。如果外面的賊黨在門口伺候。一見你出來。便要以刀或木棍執在手中。使你走急時不及躲避。而自行相碰頭額。則有性命之危。所以欲不致如此。必須在開門時。不好急於衝出去。先將一腳在門邊拔動幾下。使賊黨者先給你腳拔走。或仰面而來的人。不致於互相碰頭額。則無危險之事發生了。（二）由後面追賊的時候。如已追及。必須以兩手從後面緊抱其腹部和兩手。以免他用兩手爭脫。又要給你一個回復。那又是危險之極。若見賊仰面而來時。不好攔住他的去路。若不是。他死也要和你拚命。設你氣力小。不是又闖了禍嗎。所以見賊仰面而來。最好是避之爲妥。（林文璇）

□接孕婦之衞生常識□

難一些。這是什麼道理呢。因爲有錢的人家。可說大半數是僱用僕人的。有了僕人家中一切的事情。當然是自己可不要管賬。不要動作。多有僕人去做。那裏知道你不勤作。氣血就不行動。氣血不行動生產就要難些了。所以孕婦平日應當有適當的運動。但運動不宜過於劇烈。如取高閣之物。致使高舉其雙手。或身體劇動出力過甚、或腹部用力。再如洗衣及啓箱閉籠等事。久屈其腰。或時仰其首。多應避之。又跳舞之時趨時躐。最宜避之。登山涉水及舟車之頗播。多宜避之。多易致流產。嘗聞有姙婦娠已有三四月。因舟車奔舟而致流產者。穿高跟皮鞋亦最不宜。

□清潔　時常洗浴。是最善之清潔法。浴水不宜太熱。亦不宜太冷。入浴時間。約十五分二十五分間。最爲相宜。乳房亦容易不潔。或有潮濕。乳頭能麋爛。或受傷。所以應當要注意。在未臨產前。每以清水或徵湯之水。便由早夜褻愼洗乳房。常服襯衫。衣等亦多應常洗濯。

□孕婦與胎兒之關係

孕婦之一舉一動。作威作福。或心思曲折。產前。因孕的關係。有礙胎兒就要感染胎兒不能生善良性質之小兒。若心中多憂。這個小兒生出來一定是多病。若心中多悲。生出的小兒一定不易長壽。若多怒。生的小兒必是殘暴的。以上種種。並非是不佞妄說。孕婦與胎兒。的確是有這種關係的。不佞尙記得在某書上曾見一篇古人論胎教。對於孕婦種種動作和胎兒的關係。說得非常注意。現在把她抄下來。下面的就是婦人姙子。寢不側。坐不邊。立不蹕。邪味不食。割不正不食。席不正不坐。目不視邪色。耳不聽淫聲。誦詩書。道正。如此則生子。形容端正。才識過人矣！（高玉祥）

一律贈閱

攝影畫報

□有價值之美術刊物　□接近婦女學生界等

圖文雙絕　印刷驚人　宗旨純正　信用卓著

□出版五年有切實保證□

本報志在宣傳美化。普及推廣。絕非牟利性質。被讀者公認爲華麗漂亮時髦新派高尙之週刊。且於商界新聞亦極注意。現特送連[illegible]贈閱券。可向本報直接定閱接洽。或至本館詢問亦可。函索樣張。附郵二分卽贈。上海南京路五十啓號本報六

婦女生活
少女協助會編

解決疑難

缺乏處世經驗閱歷的少女。受男性的引誘被惑是很容易的。現社會上也不少這類的情事。像來函的黃女士便是一個。所以做女子的對外來的引誘。務須加以縝密的考慮審愼在前。庶免後患。來信所述。足爲初履社會女子的前車。編者

自願失身的悔恨

編者先生；我有一個進退兩難的問題？請求先生指導和解決。因爲我是一個久讀本刊同志。知道貴刊是人生的導師。爲我們少女的南針。所以希望代爲解決！

我雖是一個弱小的女子。但早想脫離頑固家庭。到社會上辦一點事。謀自立的技能。做一個模範女子。不料現在我雖能得着三十餘元的薪水。不幸事情也因此發生了！

因爲我已經受了那介紹我職業（電話接線員）的他誘騙！勾引！甘言密語！……被他破壞我處女的貞操。雖然當時我受他一時的詭哄。但是一半也是我自願的！現在我知道了。我失足了！抱恨終身了！

他本是我受業的先生、他是某某公司做一個寫字。每月也有七十元薪水。他的學問毫無根底。是很有限。年紀是將近四十了。他雖有妻室。但是他以『不孝有三。無後爲大』的問題來想娶我。我答應他又不好？不答應他又不好？他品行又是狡詐。家庭又無恆產！我看徹他的虛僞。因爲二月前他到某公司買貨物。又做了一件不名譽的事！被人家所哄笑！

我現在處在進退兩難的中間。因爲我當時受騙的時候。我已經對我的雙親說過非他不嫁的話。況且我是失了處女的資格！我也無臉再說不嫁他了唉！！我是個苦命的女子！我想我離死神是不遠了請先生即速給我個圓滿的解決，來救救我罷！

黃鳳影上

□吳愛娜女士小影□

佩！女士受業師的引誘。而致失身。這確是社會上的通病。更其像女士這樣。涉世尙淺的少女。並且是介紹你職業的老師。所以女士的失身。是很值得原諒的。非但編者不怪你。就是女士的親戚父母。也不應怪你！

不過。女士若能在沒有失身之前。便來函詢問。或者能得妥善的答覆。但是忘羊補牢。事未爲晚。女士能早覺悟。尙不失爲一明達者！

現代的男子。他對付女友的手段。十九是假作殷勤。所謂「醉翁之意不在酒。」好似女士一般。介紹職業之後。便存「非分想」社會上存這心裏的很多很多像女士這樣的也何止千萬不過來信伸述的祇女士一個罷了。

現在女士。既見到他的「才幹」「品行」「年歲」。和種種表示不滿意。但因「我已經對我的雙親說過」非他不嫁」並且因介紹職業的關係。而有勢不得不嫁之概。其實。既已洞徹了對方的弱點豈可還因別的小題。而再誤呢？所以可論如何。決定加以斷絕。因爲你將就和他結婚、但他已是有妻室的人。過門了後。何論如何。談不到恩愛。更無所謂和樂。爲免除將來離婚等的痛苦。還是及早斬斷。自定主意！結婚的確是終身的大事。因此大事。所以不得不謹愼於先。因此就是他拿職業來要挾你。犧牲亦所不屑局。並且明理的公司當局。決不因你不允他的要求。而受他利用！

女士的事。依編者看來。並沒有多大的問題。不過女士囿於「處女」。存貞操觀念太重。要知道。你的失身。完全由於意志薄弱。並不是自動的墮落。所以很能諒解你。況且處女與非處女。不過是道學者的金箴。在新人物眼光中。早不成問題了。社會上的人。也有許多很願娶非處女的。女士既因他引誘而破了你的貞操。爲今之計。惟有不容既往。力謀善後。至於因早已向父母說過。這更不難。做父母的人。愛子女是天性、你又是有職業的女子。雙親中定能垂憐你。所以可用懇切的話向你父母說明做父母的人。沒有一個不希望女兒。得乘龍壻。